Gioi Thieu Dao Phat - Binh Anson (7)

Giới Thiệu Đạo Phật (Bình Anson)

Gioi Thieu Dao Phat - Binh Anson

Vietnamese, with Unicode Times font

Giới thiệu Đạo Phật

Bình Anson

NXB Tôn Giáo

TL. 2005 - PL. 2549

-08-

Công dụng của giới đức

Tỳ khưu Thanissaro

Đ ức Phật được ví như một vị lương y, chữa bệnh tâm linh cho lo ài người. Con đường h ành đạo Ng ài dạy được ví như một chương tr ình trị liệu các đau khổ trong tim v à trí óc. Ví dụ này thường được thấy trong kinh điển, để ca ngợi Đức Phật v à lời dạy của Ngài, tuy đ ã xưa nhưng cũng rất thích hợp cho ngày nay. Thiền định Phật giáo được xem như một phương cách chữa trị, v à giờ đây có nhiều nh à tâm lý trị liệu đ ã thử dùng phương cách này như một phần trong công tác trị liệu của họ.

Tuy nhiên, kinh nghiệm cho thấy rằng hành thiền tự nó không thể cung cấp một sự trị liệu hoàn toàn đầy đủ. Cần phải có các hỗ trợ ngoại vi. Các thiền sinh ng ày nay, đặc biệt đ ã bị ảnh hưởng sâu đậm của văn minh vật chất, khiến họ không có sự ki ên cường, trì chí, và tự tin cần thiết để các pháp h ành thiền Chỉ-Quán trở nên công dụng hữu hiệu. Một vài vị thiền sư nhận thấy được vấn đề n ày, và cho rằng con đường Phật giáo không đủ để cung ứng các nhu cầu đặc biệt của chúng ta. Để bổ sung, các vị ấy thí nghiệm kết hợp với nhiều phương cách khác, chẳng hạn như huyền học, thi ca, tâm lý trị liệu, x ã hội học, khổ hạnh, nghi lễ tế tự, âm nhạc, v.v.

Thật ra, vấn đề chính ở đây không phải l à có một sự khiếm khuyết nào trong con đường Phật giáo, m à là vì chúng ta đ ã không thực hành đầy đủ phương thức trị liệu của Đức Phật.

Con đường của Đức Phật không phải chỉ có chánh niệm, các pháp h ành thiền Chỉ và thiền Quán, nhưng bao gồm các Giới đức, bắt đầu bằng năm giới căn bản. Thật thế, các giới luật tạo th ành bước đi đầu ti ên trên con đường đó, con đường Giới-Định-Tuệ. Khuynh hướng ng ày nay thường khinh rẻ n ăm giới luật nầy, cho rằng đó chỉ l à các điều lệ của lớp giáo lý vỡ l òng bắt nguồn từ đời sống c ổ xưa, không còn thích hợp cho nếp sống tân tiến hiện đại.

Quan niệm đó đ ã bỏ sót vai trò mà Đức Phật đặt ra cho giới đức: giới đức l à phần c ăn bản của chương tr ình trị liệu vết thương trong tâm trí. Giới đức đặc biệt để d ùng chữa

trị hai thứ bệnh đ ã tạo ra mặc cảm tự ti: hối hận và chối bỏ .

Khi ta có những hành động xấu, không hợp với lẽ phải, ta thường có những hối hận về việc l àm đó, hoặc t ìm cách chối bỏ chúng. Chối bỏ bằng cách tự lừa dối cho rằng các hành động đó quả thật đ ã không xảy ra; hoặc chối bỏ bằng cách cho rằng tiêu chuẩn đánh giá các h ành động đó l à không có giá trị gì cả. Các phản ứng này giống như các vết thương trong tâm thức. Hối hận giống như một vết thương mở, rất nhạy cảm khi sờ đến nó. Chối bỏ giống như vết sẹo chai cứng chung quanh vết da non. Khi tâm thức bị tổn thương như vậy, nó không thể lắng đọng , thảnh thơi an trú vào hiện tại, bởi vì nó không thể an nghỉ trên vết thương còn non, hoặc trên vết sẹo chai cứng.

Khi tâm thức bị áp đặt bó buộc v ào hiện tại, nó chỉ ở đó một cách căng thẳng, méo mó v à nửa chừng. Tuệ quán hiện ra cũng bị méo mó và nửa chừng như thế. Chỉ khi nào tâm thức không còn các vết thương và vết sẹo, thì nó mới có thể an định , thảnh thơi và tự do an trú vào hiện tại, và từ đó nảy sinh tuệ giác một cách to àn vẹn, không bị bóp méo.

Đây l à lúc để giới đức đi v ào: giới đức được d ùng để chữa các vết thương v à vết sẹo. Lòng tự tin lành mạnh bắt nguồn từ một cuộc sống thiện, hợp với các tiêu chuẩn tốt, thực tế, rõ ràng, nhân bản, và đáng kính. Năm điều giới (ngũ giới) được đặt ra để có cuộc sống ph ù hợp với các tiêu chuẩn này.

1- Thực tế: Tiêu chuẩn do giới luật đặt ra rất đơn giản: không cố ý sát hại, không trộm cắp, không t à dâm, không gian dối, không uống rượu hoặc dùng các chất say. Chúng ta đều có thể sống ph ù hợp với các tiêu chuẩn đó - d ù rằng đôi khi có v ài khó kh ăn, bất tiện, nhưng luôn luôn có thể thực hiện theo được.

Có vài người tìm cách diễn dịch các giới điều n ày, biến thành một loạt các tiêu chuẩn có vẻ cao sang hơn chẳng hạn biến cải điều giới thứ hai, không trộm cắp, th ành điều giới không phung phí nguồn t ài nguyên địa cầu. L àm như thế trông có vẻ thanh cao, nhưng chắc chắn rất khó thực hiện được.

Những ai có kinh nghiệm điều trị người bị bệnh tâm thần chắc biết được hậu quả tai hại từ việc áp đặt các ti êu chuẩn quá xa vời, không thực tế. Nếu ta đặt ra những ti êu chuẩn mà bệnh nhân chỉ cần một mức độ cố gắng v à chánh niệm vừa phải là có thể đạt được, l òng tự tin của họ sẽ gia t ăng mạnh mẽ v ì họ nhận thấy rằng chính họ có đủ khả năng để đạt đến các ti êu chuẩn đó. Nhờ thế, họ có th êm nhiều tự tin để thực hiện các công việc khó khăn khác để điều trị bệnh tâm thần của họ.

2- Rõ ràng: Giới điều do Đức Phật đặt ra rất r õ ràng, không có những từ ngữ phân vân nghi hoặc, như: "Nếu như..., Cũng có thể là..., Nhưng mà...". Điều nầy có nghĩa các giới điều l à những hướng dẫn minh bạch, không có kẽ hở cho các biện minh lý giải lòng vòng, không ngay thẳng. Một hành động chỉ có thể hoặc l à phù hợp, hoặc là không phù hợp với giới điều. R õ ràng như thế!

Vì vậy, rất dễ tuân theo, không phân vân nghi ngờ. Những ai đ ã từng dạy trẻ con đều biết mặc d ù chúng thường than phiền về các kỷ luật sắt thép, thật ra, chúng cảm thấy

an tâm với những điều lệ r õ ràng, minh bạch, hơn là các điều lệ mơ hồ, dễ mặc cả để thay đổi. Cũng như thế, đối với bản thân, các điều luật giới hạnh minh bạch sẽ không cho phép các ý tưởng gian trá ngủ ngầm t ìm cách lén vào khuấy động tâm trí của h ành giả.

Nếu ta tuân thủ theo giới điều của Đức Phật, ta không thể n ào nuôi dưỡng ý tưởng sát hại, và từ đó, ta tạo ra một sự an to àn không hạn chế cho mọi sinh vật. Các giới điều khác sẽ giúp tạo ra một sự an ninh về của cải t ài sản, lòng tiết hạnh của mọi người, một sự giao tiếp chân thật, và một cấp độ cao về tâm trí sáng suốt, không bị lu mờ bởi rượu ch è say sưa.

3- Nhân bản: Giới điều của Đức Phật có tính nhân bản cho người giữ giới lẫn những người giao tiếp chung quanh. Nếu bạn giữ giới, bạn tự đặt m ình vào qui luật nghiệp quả, và bạn sẽ thấy rằng những gì bạn giao tiếp với thế giới bên ngoài là kết quả chủ động của nghiệp h ành, qua thân-khẩu-ý, mà bạn thực hiện ngay trong giây phút hiện tại. Bạn nhận thức thế giới qua nghiệp hành của chính bạn, và bạn hoàn toàn chủ động để kiểm soát các phản ứng của bạn ngay trong hiện tại.

Bạn không bị chi phối bởi hình dáng sắc đẹp b ên ngoài, thân thể, trí thông minh, địa vị tiền bạc, vv., v ì đó chỉ l à các yếu tố ngoại vi, chỉ là kết quả của nghiệp hành đ ã tạo ra trong quá khứ. Bạn hoàn toàn sống trong hiện tại. Các giới điều giúp bạn tập trung tâm trí để sống linh hoạt trong các ti êu chuẩn hiền thiện ngay bây giờ và tại chốn nầy, không truy tầm quá khứ, không vọng mống tương lai.

Nếu bạn chung sống với những người biết giữ giới, bạn sẽ thấy mình đang sống trong môi trường ho àn toàn không có nghi ngờ và sợ sệt. Họ quí trọng hạnh phúc của bạn như thể hạnh phúc của họ. Họ không tranh giành khống chế, không tạo cảnh kẻ thắng người thua. Khi họ nói đến l òng từ bi và chánh niệm khi hành thiền, bạn sẽ thấy chúng phản ảnh ngay trong các hành động thường ng ày của họ, lời nói và việc làm cùng hợp nhất.

Như thế, giới đức không những l àm t ăng trưởng l òng thiện của từng cá nhân, mà còn giúp tạo một xã hội tốt lành - một xã hội gồm những cá nhân đầy tự tin v à biết tôn trọng đời sống của nhau.

4- Đáng kính: Khi bạn chọn một tập hợp các tiêu chuẩn cho cuộc sống, điều quan trọng bạn cần phải biết l à các tiêu chuẩn đó do ai v à nhóm nào đề xướng, có nguồn gốc ở đâu, bởi v ì khi bạn tuân theo các điều luật đó, hiển nhi ên là bạn phải tham gia vào nhóm đó, được nhóm đó thẩm định, v à chấp nhận mực thước đo lường cái đúng v à cái sai do họ đặt ra.

Trong trường hợp của Ngũ giới, bạn không thể tìm ra một nhóm nào khác tốt lành hơn: đó l à giới điều của Đức Phật v à các vị đại đệ tử Thánh tăng đặt ra v à thi hành. Trong kinh điển, Ngũ giới thường được gọi l à "các tiêu chuẩn của bậc Thánh nhân" . Các vị nầy không chấp nhận giới luật vì chúng có tính phổ thông hấp dẫn. Họ chấp nhận chúng qua các kinh nghiệm trong đời sống tu tập của m ình và thấy chúng có hiệu quả ích lợi thật sự trên con đường đưa đến giải thoát tối hậu. Có thể có nhiều người v ì vô

minh mà chê cười bạn khi bạn tuân thủ Ngũ giới, nhưng các bậc Thánh hiền triết sẽ luôn luôn kính trọng và chấp nhận bạn vào trong cộng đồng của họ, v à sự kính trọng của họ là có giá trị nhất, so với những người vô minh kia.

Bây giờ, có thể có nhiều người cảm thấy khó mà tưởng tượng việc gia nhập vào một nhóm trừu tượng như thế, nhất là khi họ chưa bao giờ được gặp một vị Thánh nhân. Rất khó có được một l òng từ bi và rộng lượng khi xã hội chung quanh ta cười chê các điều đó, v à lúc nào cũng đề cập đến sự hấp dẫn của t ình dục, quyến rũ vật chất và cạnh tranh thương mại áp bức.

Đây l à lúc cần phải có các cộng đồng Phật tử tốt l ành chân chánh. Thành viên của các cộng đồng nầy sẽ giúp chúng ta thấy được tấm gương của các h ành động hiền thiện v à giới hạnh. Những người này sẽ tạo ra một môi trường tốt để chúng ta có cơ hội áp dụng rốt ráo con đường trị liệu của Đức Phật: hành Thiền và phát triển Tuệ giác trong một đời sống có Giới đức .

N ếu ta có được những môi trường tốt l ành như thế, ta sẽ thấy rằng pháp hành thiền không có vẻ gì là huyền bí và mù quáng, bởi vì pháp hành đó có căn bản dựa tr ên thực tế công minh của một đời sống đầy ý nghĩa. Từ đó, bạn có đủ tự tin để sống trong giới đức, sống ho àn toàn tốt lành trong đời sống thật sự đầy ý nghĩa của một con người, tr ên con đường tiến đến an vui v à hạnh phúc viên dung.

Bình Anson lược dịch,

tháng 10-1999

-ooOoo-

Đầu trang
| 01
| 02
| 03
| 04
| 05
| 06
| 07
| 08
| 09
| 10
| 11
| 12
| 13
| 14
| 15
| 16

| 17
| 18
| 19
| 20
| 21
| Mục lục

[Trở về trang Thư Mục]

last updated: 16-02-2005

Nguồn: Giảng Sư (giangsu.io.vn) — văn bản trích từ kho sách cổ và kinh điển.